Ngũ Lực 2 - Lìa Bỏ

Kalama tri ân bạn dieulienhoa67 ghi chép.

[16/01/2023 - 07:17 - dieulienhoa67]

Kỳ rồi tôi giảng chưa hết, đang nói tới hình ảnh cái đồng hồ. Nó cần phải có nguồn năng lượng nào đó (pin, năng lượng mặt trời, thân nhiệt hay lên dây cót) thì mới chạy được. Cái tâm của hành giả cũng vậy, mỗi ngày mình phải lên dây cót thì mới vận hành hoạt động được. Lên dây cót ở đây là mỗi ngày mình phải quan tâm đến 5 quyền/5 lực của mình, tín tấn niệm định tuệ. Xem coi mình có bị thiếu gì trong 5 cái đó. Cách bổ sung thì trong kinh ghi rất rõ. Kỳ giảng rồi tôi ngưng ở phần định. Hôm nay chúng ta trở lại 1 chút để sang bài mới. 1 trong 5 quyền/5 lực trong đó có định ấy, 1 người mà thiếu khả năng định tâm thì phải biết trau dồi. 0 thôi thì cứ dậm chân tại chỗ, 0 biết đi về dâu. Trong kinh có cho mình những cái kinh nghiệm. Thứ 1 là phải học kỹ về các đề mục. Lần trước tôi giảng đến đây. Là sao? Nếu quý vị có khả năng đọc Chú Giải thì quá tuyệt vời. Còn 0 thì quý vị vào Thanh Tịnh Đạo. Tôi tính nói phần Định, nhưng 0, đọc luôn phần Giới nữa. Nói gọn là Thanh Tịnh Đạo có dạy mình kỹ cách để mình tu Định. Trước hết là phải trang nghiêm giới. Người xuất gia hay cư sỹ thì phải trang nghiêm giới phẩm mà mình đã nhận. Vd như mình đã thọ nhận 5 giới, 8 giới, 10 giới, Sadi giới, Tỳ Kheo giới, mình nhận giới nào thì giới ấy phải giữ cho sạch thì định mới tốt được. Đó là chuyện thứ 1. Chuyện thứ 2 là học kỹ các đề mục. Trong đó dạy rất kỹ cách chuẩn bị 1 cái đề mục ra sao. Khuynh hướng tâm lý nào thích hợp với đề mục nào. Vd người tánh sân thì thích hợp với đề mục nào. 2:57

[17/01/2023 - 06:52 - dieulienhoa67]

Người tánh tham thì chia ra nhiều trường hợp. Vd như tánh tham là người giàu tình cảm, dễ dàng sa ngã với tính cảm người khác phái, cũng là tham. Người thích ăn ngon mặc đẹp cũng là tham. Người thích chưng diện, làm đẹp bản thân cũng là tham. Thích tích lũy tài sản vật chất cũng là tham. Mỗi tánh tham đó có 1 đề mục thích hợp cho mình.

Bây giờ qua tới sân. Sân ở đây có nhiều trường hợp. Người tánh sân nhiều phù hợp với đề mục nào. Tính hay dễ dàng kết oan trái, hay sân là người dễ dàng bất mãn với đời sống, nắng 0 ưa, mưa 0 chịu, ghét gió kỵ mù sương, côn trùng, con người, bụi bặm, nóng lạnh, quanh năm, cái gì cũng bất mãn được hết. Có người bực mình với con người, có người bục mình với sự vật. 4:17

[18/01/2023 - 05:47 - dieulienhoa67]

về điều kiện, hoàn cảnh sống.

Giờ tới si. Si này có nhiều; si phóng dật hay là si hoài nghi. Si phóng dật là cứ lăn tăn 0 tập trung được. Đầu cứ nghĩ ngợi đủ thứ chuyện hết. Si hoai nghi la cứ hoang mang nghi hoặc về giáo lý. Thắc mắc chuyện này chuyện kia mà 0 chịu tìm Thầy, tìm bạn, sách để mà giai quyết cho rốt ráo. Sống nặng về hoài nghi nhưng mà ....

Người sống nặng về đức tin là đụng đâu tin đó. Nghe ai nói vị nào có phước, vị nào chân tu, vị nào đắc thiền, đắc đạo là mê lắm. Chẳng hạn hôm qua có 1 người VN gửi tôi email nói rằng bên Pa Auk có người đắc đến Bát Định. Đọc tới đó tôi thấy khó chịu vì Bát Định vô hình vô tướng. Vd như cái bằng bác sỹ thì kiến thức bác sỹ ng ta có thể kiểm chứng được rồi mói ký tên xác nhận trên cái bằng bác sỹ của mình. Bằng bác sỹ nào cũng có chữ ký hết. Còn đắc định thì vô hình vô tướng, vậy ai là người có thẩm quyền xác nhận? Nếu người đó là cư sỹ thì tình hình nhẹ hơn 1 chút. 5:59

[19/01/2023 - 06:24 - dieulienhoa67]

Nghĩa à mình nói ông A bà B xác nhận tôi đắc định. Hỏi ôn dựa vào đâu? Thì ông cũng là người đắc. Ông đắc rồi thì mới xác định được là tôi đắc chứ. Mà thôi, đó là cư sỹ. Còn là Tỳ Kheo thì 0 được. 1 vị Ty Kheo mà xác định ng ta đắc cái này cái kia, nó kẹt lắm, vì ông phải tự nhận là ông đắc, thì mới xác định là ng ta đắc được. Mà trong luật thì 1 vị Tỳ Kheo mà có đắc thiệt thì cũng 0 được phép nói ra cho người cư sỹ ; nói chi là mình 0 đắc mà lại tự nhận bằng cách này hay cách khác, gián tiếp hay trực tiếp. 0 đắc mà tự nhận là đắc, tội đó nặng lắm. Đó là 1 trong 4 đại trọng giới của Tỳ Kheo. Là giới thứ 4. Nên tôi nghe nói ben Pa Auk có người đắc 8 định, tức là 4 thiền Sắc và Vô Sắc. Tôi tin chắc đó 0 phải của Ngài Pa Auk. Tôi có tiếp xúc và đọc sách của Ngài thì tôi nghĩ ngài là người uyên bác và rất cẩn trọng. Ngài 0 có ẩu trong việc xác nhận ng này ng kia đắc như vậy. Tôi 0 tin chuyện đó. Vậy thì ai là người đã rò rỉ thông tin đó? Người mà đức tin mạnh thì dễ sụp hố mấy cái đó lắm. Nhân nói về niềm tin thì tôi nói qua 1 chút về chuyện đó. Bà con đừng có ham khi nghe nói đắc này đắc kia. Ai là người có khả năng, thẩm quyền xác nhận chuyện đó. Mình đừng dễ tin quá.

Rồi có trường hợp, có bản tính, tức là cái tật lăng xăng, nó khác với phóng dật. Phóng dật là 0 chuyên chú vô cái gì hết. Còn người này có chuyên chú, nhưng mỗi thứ 1 chút. Ai rủ làm phước cũng làm, ai rủ hành thiền cũng hành, ai rủ đi từ thiện, du lịch cũng đi. Nói chung là ai rủ thiện rủ ác gì cũng lăng xăng, có chuyên chú nhưng mà 0 có lâu.

Rồi tánh Giác là người có trí, biết cái gì nên và 0 nên. Tc là 6 tánh: tham, sân, si, tầm, tín, giác.

Mình phải xem trong Thanh Tịnh Đạo. Trong đó cho biết là người tánh nào thì có những đặc điểm gì trong sinh hoạt. Trong đó nói rõ là nếu may mắn gặp Sư Phụ là Thánh hiền thì quá tuyệt vời. Còn nếu 0 thì tự mình cũng phải tự nghiên cứu tìm hiểu. 9:00

[23/01/2023 - 08:40 - dieulienhoa67]

trong kinh sách hoặc qua thầy bạn, để thấy rằng mình có thể biết mình thuộc loại nào, khuynh hướng tâm lý gì để mình có đề mục thích hợp. Có những đề mục dùng được liền, như đề mục hơi thở, để mục bất tịnh, niệm về sự dơ bẩn của thân xác. tu tập về tâm từ, niệm ân đức Tam Bảo - Phật - Pháp - Tăng. Đó là những đề mục dùng liền được. Nhưng cũng có những đề mục cần phải có sự chuẩn bị, vd như niệm đề mục tử thi , mình phải đi đến nơi nào có tử thi và cần chuẩn bị gì trước khi quán. Khi mình tu đề mục đất, nước, lửa , gió, xanh , vàng, đỏ, trắng thì mình cần phải chuẩn bị gì. Nãy giờ tôi liệt kê ra để quý vị thấy là 0 phải dễ đâu. Trong Kinh nói ông A bà B nghe Pháp là đắc đạo liền, hoặc là nhìn thấy nước chảy, đá rơi, ngọn lửa là đắc liền, thì phải biết họ là hạng người cỡ nào, mình có được như người ta hay 0. Vị Sư Phụ dạy họ là ai. Cho nên đừng so bì với người xưa. Đừng thấy trong Kinh ghi người đó ng kia không cần học cũng đắc, rồi mình cũng 0 cần học. Tôi can. Đừng như vậy! Cho nên chuyện đầu tiên là phải học kỹ các đề mục thiền định. Có tất cả 40 đề mục. Đất, nước, lửa, gió, xanh, vàng, đỏ, trắng, hư không, ánh sáng. Niệm Phật, Pháp, Tăng, niệm thí, niệm thiên, niệm bất tịnh, hơi thở, vật thực, tử thi. Niệm tâm từ, rồi các đề mục vô sắc nữa. Tổng cộng là 40 đề mục. Phải học kỹ cái đó.

Rồi tiếp theo nữa là trú xứ phải thích hợp. Chứ nếu nghĩ tu tâm chứ 0 phải tu tướng, ở đâu cũng tu được, thì không phải. Nên bỏ suy nghĩ đó đi. Bậc thượng thừa thượng căn đại trí, người ta chỉ cần trong tích tắc là đã đắc rồi. Như vậy thì tu đâu cũng được hết. Còn như mình mà lại nói tôi tu tâm, 0 màng tướng, thì có ngon về nhà, vô cái phòng. Bên ngoài con nít nó giỡn, la rầm rầm. Tu được hay 0? Chỗ mà quá nóng/lạnh/ ồn , chỗ có nguy hiểm về thiên nhiên, dất đá lở, đất trôi sụp, nước ngập cũng 0 được. Cần phải tu chỗ nào mà mình hoàn toàn yên tâm về người về vật , thực phẩm, khí hậu, sinh hoạt. Kể ra thì hơi cầu kỳ nhưng sự thật là như vậy. 12:08

[24/01/2023 - 07:59 - dieulienhoa67]

Thì tôi mới nói với email mà cô kia mới gửi. Thực tế là 0 phải ai cũng chịu được. Điều kiện sinh hoạt, thực phẩm ở Myanmar 0 phải ai cũng chịu được. Sự bất tiện trong ngôn ngữ, mình nói 0 được, trăm sự là nhờ vô người phiên dịch. Mình đi qua dự lễ, đi chơi chút đỉnh thì được, chứ mà mình ở ngày dài tháng rộng nó kẹt lắm, 0 phải dễ đâu. Cho nên điều kiện phải rất là thích hợp. Muốn trau dồi định tâm là phải học kỹ đề mục, học kỹ về bản thân mình, trú xứ thích hợp. Chưa hết, Thầy Bạn cũng phải thích hợp. Và cuối cùng, phải chuyên tâm dốc sức trau dồi cái định của mình. Mình phải luôn luôn nhớ: định của mình còn yếu, định của mình còn non, luôn luôn nhớ để mà trau dồi. Chứ còn mình biết mình yếu mà làm lơ là coi như xong. Qua đó ghi danh ngồi thiền mà lòng cứ nghĩ chuyện trốn thiền viện ra ngoài chơi hay là đi làm phước chỗ này chỗ kia, hay là ngồi thiền mà cứ trông cho hết ngày hết tháng để đi về xứ là 0 được. Mình muốn trau dồi cái gì là phải chuyên tâm cái đó. Mình muốn học giáo lý thì phải coi mình bị kẹt cái gì, trí nhớ hay sức hiểu, hay là thầy nói nhanh quá, khó hiểu quá, mình phải moi ra cho bằng được cái chỗ trục trặc nằm ở đâu để mình kịp thời khắc phục, chỉnh sửa.

Đàng này mình muốn học giỏi nhưng 0 màng đến chuyện trau dồi. Muốn thì có muốn nhưng 0 có màng. Muốn mình khoẻ, có cơ bắp mà 0 màng đến chuyện làm sao cho mình khoẻ, mình có cơ bắp thì cái đó tôi chịu. Mình phải quyết tâm, dốc sức dốc lòng. Ở đây cũng vậy, hành giả phải thường xuyên nghi về chỗ thiếu, chỗ cần chỉnh sửa, khắc phục của mình. Đó là điều kiện hỗ trợ cho cái định tâm. Đặc biệt là muốn trau dồi trong tất cả thiện pháp, muốn trau dồi cái gì thì nên ở gần cái người mạnh về mặt đó và nên tránh người yếu về mặt đó. Cái này quan trọng lắm. Quý vị muốn trau dồi định thì phải học kỹ các đề mục, hiểu kỹ về khuynh hướng tâm lý của mình. Tự học rồi hỏi thầy hỏi bạn, hỏi kinh hỏi sách. Xong rồi tránh người thiếu định. 1 là họ lăng xăng, 2 là họ bàn ra, nói là 0 cần thiết thì mình cũng chết. Học kỹ rồi tiếp xúc với Thầy, bạn thích hợp, trú xứ thích hợp. Cuối cùng là tâm thường nghĩ nhiều về việc trau dồi định của mình. Đó là những điều kiện giúp cho định của mình nó mạnh. 15:24

[25/01/2023 - 04:48 - dieulienhoa67]

Bây giờ mình tiếp qua Tuệ. Trí ở dây có nhiều lắm. Trí có 3 là văn - tư - tu. Trong Vô Ngại Giải Đạo có 73 trí... Trong bài giảng này tôi nói gọn có 2 trí là: trí nhân quả và trí tam tướng. Trí nhân quả là phải sống Chánh Niệm, phải dùng kiến thức giáo lý, 2 cái đó. Để thấy mọi sự ở đời vận hành trên nguyên tắc nhân - quả. 0 có cái gì tự nhiên mà có. Cái gì nó cũng có mặt từ sự tác động của vô số điều kiện. Rồi bản thân nó tiếp tục là điều kiện tác động lên/hỗ trợ những thứ khác. Tác động lên để những thứ khác tốt hơn hoặc là bị lụn bại, tổn giảm, hư mất đi. Có 2 thứ tác động, tác dộng cho tốt hơn và tác động cho xấu đi.

Mình cứ nhớ ở đời 0 có gì là tự có, chúng đều do các điều kiện mà có. Bản thân nó lại tiếp tục là điều kiện tác động lên những thứ khác. Và toàn bộ cuộc sống của mình chỉ là 1 cái dòng chảy của những giọt nước nhân quả ấy mà thôi. Nhớ cái này, nó quan trọng. Đó là trí nhân quả.

Và tại sao mình phải thấy như vậy? Vì khi mình có nhận thức thường trực về lý nhân quả của vạn hữu, trog đó có mình, thì mình có nhiều cái lợi.

Cái lợi thứ 1 là sống trách nhiệm hơn. Mỗi suy nghĩ, mỗi biểu hiện động thái lớn nhỏ hay là 1 câu nói của mình, cố ý hay vô tình đều để lại 1 hậu quả nghiêm trọng. Cho nên mình sẽ sống có trách nhiệm hơn. Là trí nhân quả.

Thứ 2 , khi mình sống Chánh Niệm thì mình quan sát hấy mọi thứ do các nhân duyên điều kiện mà có thì mình mới có dịp thấy được cái lý vô ngã. Thì ra cái này 0 phải là tôi, 0 là của tôi, mà do các điều kiện thôi. Khi nào đủ duyên, đủ điều kiện thì cái này/kia có mặt. Thiếu duyên, hiếu điều kiện thì 0 có mặt. Giống như tôi hay nói: tiếng đàn 0 nằm trong ngón tay của ng chơi đàn, 0 nằm trong thùng/ dây/ phím/ trục đàn, mà khi những cái này kết hợp cách hợp lý thì mới bật ra tiếng đàn. Thì ông A bà B với đời sống, hình hài, thân xác, tâm lý, tình

cảm, kinh nghiệm, uy tín ... toàn bộ những cái đó giống như tiếng đàn vậy. Có được bằng cách dựa vào vô số điều kiện 18:34

[27/01/2023 - 09:07 - dieulienhoa67]

Thiếu đi, dù chỉ 1 chút điều kiện, thì nó cũng 0 có được. Vd quý vị nói với tôi, quý vị là người mẫu, ca sỹ, tiếng tăm rần rần, đúng 0? Mỗi tháng kiếm được bạc tỷ tiền VN, nhưng chỉ cần 1 chút xíu sạn trong thận quý vị,là đủ cho quý vị đi ra máu hoặc gặp vấn đề, nó đau tới trời. Chỉ 1 viên sạn nhỏ xíu vậy thôi, quý vị có còn đi hát, đi tiệc, đi biểu diễn được 0? Tôi nghĩ là 0, phải đi bệnh viện giải quyết cái đã. Hoặc là bây giờ bạn đang lái xe 200km/g, mà mắt bị bụi vô thì phải tấp vào lề, hay vào làm đường tốc độ thấp, chứ 0 thể nào vừa lái xe vừa nheo nheo mắt trong làn đường cao tốc, rất là nguy hiểm. Chỉ 1 xíu bụi trong mắt thôi là đã vậy rồi. Cho nên mọi thứ đều do các điều kiện, nhân duyên tạo nên. Trí đầu tiên là trí nhân quả.

Trí thứ 2 là trí Tam Tướng. Rất là quan trọng. Trí này là 1 khía cạnh của trí nhân quả nhưng phải nói riêng mới thấy rõ. 0 nói riêng thì 0 thấy rõ mối quan hệ của nó. Thật ra với người hiểu Đạo thì Trí Nhân Quả và Trí Tam Tướng là 1. Nhưng có những người mình cần phải tách nó ra và nói rõ thì họ mới thấy. Trí nhân quả khi 0 có Phật Pháp, 0 có Phật ra đời thì người ta cũng có nhưng chỉ 1 phần, rất là hạn chế, 0 đủ để dẫn đến Giác Ngộ giải thoát. Nhiều lắm là họ chỉ biết đến mức độ nhân quả báo ứng. Làm lành được quả vui, làm ác bị quả khổ. Hoặc là họ biết nấu cơm thì phải nấu nước ... thì cơm mới chín, 0 thì cơm bị sống, khét... Đó cũng là trí nhân quả nhưng 0 đủ để dẫn đến giải thoát. Mà phải thấy nhân quả ngay trong từng khoảnh khắc hiện hữu của thân tâm này để thấy ra được cái lý vô ngã . Thấy nhân quả đó mới xài được, mới đưa đến giải thoát. 21:30

[28/01/2023 - 05:46 - dieulienhoa67]

Khả năng này, mà mới là về lý thuyết thôi, chỉ có trong thời có phật Pháp.

Trí thứ 2 là trí Tam Tướng (vô thường - khổ - vô ngã), thấy rằng mọi sự ở đời do duyên mà có, có rồi phải mất. Mọi thứ tồn tại trên nguyên tắc vô thường. Cái sau đẩy lùi, xóa sổ cái trước. Vạn vật 0 thể đứng yên mà tồn tại. Nó phải liên tục thay đổi, luôn luôn tiếp nhận năng lượng, đi về phía trước. Mọi thứ tồn tại trong sự tự hủy. Nghe rất mâu thuẫn nhưng là sự thật. Mọi thứ đều biến mất. Mọi sự ở đời y chang như cây nến. Cây nến được làm ra để thắp. Giá trị, ý nghĩa của cây nến chỉ phát huy khi nó được thắp sáng, được đốt cháy. Giá trị của cây nến song hành với hành trình tự hủy của cây nến. Giá trị của cây nến được thấy rõ qua từng giây phút hao mòn của cây nến. Cháy dần cháy dần cho đến khi 0 còn gì để cháy thì cuộc đời cây nến chấm hết. Chúng ta cũng vậy. Chúng ta hiện hữu ở đời theo cách tồn tại theo cách tự hủy. Mỗi lúc mình phải già đi. Lục phủ ngũ tạng tâm can tỳ phế phải mỗi lúc bị mòn hao, bị già cỗi đi để từ từ tiến về cõi chết. Đó là sự sống của mình. Đó gọi là vô thường. Mà chuyện đó mình có muốn hay 0? Không! Do nhân duyên thúc đẩy >> vô ngã. 0 có thằng Tèo/Tí nào làm chuyện đó, mà do các duyên. Do có duyên thiện nghiệp đời trước mà đời này mắt tai mũi lưỡi sức khỏe tiền bạc của tôi 0 giống người kém phước. Còn nếu do ác nghiệp thì đời này tôi sinh ra mắt tai mũi lưỡi, đời sống vật chất, tinh thần của tôi 0 được như người có phước. Do tiền nghiệp quá khứ làm duyên nên bây giờ tôi mới sanh làm heo. Heo rừng hay heo nhà. Heo rừng thì tôi có thể sống hết tuổi thọ rồi chết già ở 1 góc rừng nào đó. 24:41

[29/01/2023 - 04:45 - dieulienhoa67]

Hay là tôi bị 1 con thú mạnh hơn tấn công. Đó là kiếp số của 1 con heo rừng. Còn heo nhà thì sao? Có 2 hướng, 2 chốn về cho heo nhà. 1. người ta nuôi kiểu cá nhân, thấy đủ kg thì kêu người đến bán. Người ta mua về rồi giết bằng búa, chích điện, chọc tiết... Còn kiểu nuôi công nghiệp, có thể là vài chục ngàn con. Cứ tầm 3-4 giờ sáng ng ta lùa vô giết tập thể. Đêm nào cũng có thể là đêm cuối. Cho nên trong room này, những người lười học giáo lý, lười tu tập, lười làm phước, công đức, cứ nhớ đến than phận những con thú bị giết thịt, tự nhiên

sẽ tinh tấn. Nghĩ đến cảnh mình thiếu trí/phước/ công đức, chết rồi đi đâu? Y như đời sống mình bình thường như vậy. Người nghèo sống ở đâu? Gầm cầu, vỉa hè, khu ổ chuột, đó là cái luật. Người có tiền, đẻ bọc điều, ngâm thìa vàng từ trong nôi thì sao? Ở Villa, biệt thự. Đó là cái luật. Công cuộc sinh tử y chang như vậy. Người có phước đi về đâu? Về cảnh trời, người, có đời sống vật chất ổn định ngon lành như ý. Đời sống tâm linh tinh thần thông tuệ, có khả năng suy nghĩ biết việc thiện ác tốt xấu, nên và 0 nên. Còn vô phước sinh ở ống cống , hầm cầu, làm cái con lúc nhúc ở dưới. Còn 0 lên bờ làm chim làm thú, chồn, cáo, rắn , rít, cọp , beo, sư tử. Lúc đó mới biết. Nội nghĩ mình làm con thú bị người ta giết thịt cũng gán. Nghĩ cái cảnh cứ 3-4g sáng họ lùa vô giết tập thể để kịp thời cung ứng nguồn thịt tươi sống cho thị trường. Nghĩ đến đó cũng ngán chứ 0 phải 0.

Rồi người có lòng từ thì thấy rằng chỉ có đời sống ôm bát đi khất thực, ng ta cho gì ăn nấy thì mới 0 phân biệt chay mặn. Bữa nào ng ta cho 1 món mặn mà 0 ăn thì đói le lưỡi, chiều sao về ngồi thiền. Chưa kể bao tử, tiểu đường, huyết áp đủ thứ mà 0 ăn thì chiều chết dịch. Nhưng nếu có thể chọn lựa, chùa có nhà bếp, chùa có tiền chợ, có người đi chợ về nấu nướng thì theo tôi nghĩ, có lẽ ăn chay tố hơn. Nhưng có 1 điều ăn chay ỏ đây thuần túy là vì lòng đại bi, chứ 0 phải ăn chay vì 1 tín điều tôn giáo thì 0 được, nhớ nha! 28:20

[30/01/2023 - 06:05 - dieulienhoa67]

Ăn chay vì lòng đại bi là sao? Là vì xót cái cảnh con vật khuya khuya bị lùa đi đó. Mình ngĩ đến cảnh đó nên ớn quá 0 ăn. Mình nghĩ mỗi lần tai nạn xe cô, xác người văng ra, mình nhìn thấy sợ, thấy tanh.Tại sao mình cầm miếng thịt heo thịt bò lại 0 thấy sợ? Mình nghĩ tới đó thì cũng hạn chế sở thích ăn uống, nhu cầu ngon miệng, khoái khẩu, phàm ăn. Để chi? Để giảm bớt chủng tử phàm ăn tục uống cho đời sau. Tôi xin nói rõ là 0 kêu gọi ăn chay. Tôi chỉ nói thực tế. Phải làm rõ vấn đề để tránh hiểu lầm rồi ném đá. Chỉ có ông đi khất thực thì có gì ăn đó. Còn nếu có điều kiện chọn lựa thì nên linh động, tránh được thì tránh, nhưng dĩ nhiên là 0 có cực đoan. Như là bác sỹ kêu mình bổ sung dưỡng tố thì mình cũng bổ sung. Nếu kẹt lắm thì có thể ăn canh lục tổ. Là canh gì? Theo sử thiền tông thì kể Lục Tổ Huệ Năng, có 1 thời gian dài sống trong rừng với đám thợ săn. Tổ ăn chay nhưng nấu nướng riêng 0 tiện. Ông mới hái rau rừng gửi vô nồi thịt hầm của mấy người thợ săn. Lúc nấu chín xong thì ông vớt rau ra ăn. Cũng là ăn chay nhưng 0 cực đoan. Gọi canh Lục Tổ là như vậy. Vd như quý vị ngại ăn cá thịt, cầm miếng thịt, con cá lên thấy ngán. Mà để bổ sung chất thì mình mua xương về hầm lấy nước dùng. Mình bỏ rau như cà rốt, haoi tậy, củ hành, nấm ... vô trong đó. Như vậy thì cũng đủ dưỡng chất để sống. Tại sao tôi nói chuyện này? Vì tương lai Kalama mình cũng đi theo đường hướng này. 0 ăn chay, mà ăn theo kiểu Lục Tổ. Mình mấy chục người mà mỗi ngày mang về 10kg thịt, 6 con gà. Thì chỉ cần tu trong 3 tuần, mình góp phần hỗ trợ thị trường sát sinh. Nên tôi chủ trương nhiều lắm mình chỉ mua xương, da về làm gì đó thôi.

Rồi thì có trí tuệ, xin nhớ trí đây có 2 , là trí Nhân Quả và trí Tam Tướng. Hành giả thấy rằng ở đời mọi sụ do các điều kiện mà có. Có rồi phải mất. Các thứ đắp đổi cho nhau bàng cái sau nó lùa cái trước, phủ nhận, xóa nhòa cái trước để mà tòn tại. Đó là vô thường. Chính vì Vô thường nên nó 0 nằm trong sự sắp đặt của ai hết >> vô ngã. Còn khổ là gì? Khổ ở đây 0 thể hiểu theo nghĩa khó chịu của thân tâm. Nhiều người hiểu lầm cứ tưởng khổ ở trong đời là phải quán sự khó chịu. Vì cái khổ trong thân tâm, khó chịu đau đớn trong thân tâm chỉ mới là 1/3 của cái khổ. Khổ có 3. 1. Sự có mặt của cái khó chịu. 2. Sự vắng mặt của cái dễ chịu. 3. Sự lệ thuộc các điều kiện mà có. 32:05

[31/01/2023 - 07:05 - dieulienhoa67]

3 cái này cộng lại mới đủ cái nghĩa khổ ở đây. Nên khổ trong Tứ Niệm Xứ 0 chỉ là cảm giác khó chịu nơi thân tâm, mà là bản chất bất toàn, bất trắc. Chữ Dukkha ở đây 0 có nghĩa là khó chịu, mà nghĩa là 0 trụ lâu được. Duk là khó, khổ, xấu. kha ở đây có nghĩa là sự tồn tại, chứ 0 phải là chịu đựng. Dukkha ở đây có nghĩa là cái gì đó 0 thể trụ yên được, luôn ở trong tình trạng bất trắc. Khi định nghĩa như vậy thì mình thấy vô thường và khổ

0 rời nhau. Vô ngã cũng 0 rời được với nghĩa của khổ và vô thường, trong tam tướng hữu vi. Hành giả thấy được như vậy là có tuệ vè Tam Tướng. Có 2 trí là trí nhân quả + trí tam tướng = trí tuệ. Với 2 trí này thì hành giả mới sống đời và hành đạo cách đúng đắn. Trước mắt hành giả an lạc, hiểu thấu cuộc đời và nếu đủ duyên thì chứng Thánh được bằng 2 trí này. Muốn có 2 trí này thì cũng cần có những điều kiện . Đk 1 : siêng năng học hỏi, trau dồi kiến thức bằng các hình thức su-chi - pu - li là các chữ đầu trong tiếng Pali nghĩa là nghe, suy tư, tham vấn/hỏi, ghi chép. Đầu tiên là phải trau dồi trí tuệ bằng các điều kiện đó. Vì mình 0 phải là bậc thượng thừa như ngài Anan nghe 1 lần là nhớ. Thực ra sức nhớ của mình 0 tệ, nhưng do mình chứa rác nhiều quá. Có nhiều ng than với tôi là họ nhớ dở quá! Tôi thưa rằng đầu của quý vị 0 tệ, nhưng do chứa rác nhiều nên 0 còn chỗ trống để chứa cái khác. Họ 0 tin, nói là Sư nói an ủi chứ con nhớ dở lắm. Tôi mới hỏi: cô có khả năng nhớ chuyện của 30 năm trước 0? Nhớ chứ! Cô nhớ nhà cô ở xóm cũ bên tay trái có nhà bà 8 có 6 ng con trong đó có 1 đứa chết yểu, 1 đứa đi lấy chồng Nhật, mấy đứa kia đi Mỹ, nó có bao hiêu con, con tên gì, cô nhớ hết, đúng 0? bên tay phải có nhà ông 4, gia cảnh ông ra sao, có mấy đời vợ, vợ nào quê ở đâu đều nhớ. Tổng cộng ông có bao nhiêu con, mấy dòng con với mấy bà đều nhớ. Rồi bao nhiêu kiến thức của cô về nữ công gia chánh, kinh nghiêm chế biến các món ăn sao cho ngon cô đều nhớ hết. Bao nhiêu kỷ niệm buồn vui thời học sinh, sinh viên, những lần vợ chồng hờn dỗi, những chuyện xích mích trong dòng họ, bao nhiêu biến cố , cô nhớ hết. Những cái đó cô nhớ mà giáo lý cô 0 nhớ, là vì cái đầu của cô nó rác không hà. 36:22

[01/02/2023 - 08:04 - dieulienhoa67]

Cái tủ của cô đựng toàn là nùi giẻ, đồ rách không hà, thì làm sao cô còn chỗ để chứa những món hàng hiệu sang trong đắt tiền, cao cấp? Muốn có chỗ trống để chứa mấy món khác thì phải dẹp hết mấy món đồ tào lao trong tủ.

Lại hỏi tôi 1 câu: giờ nó lỡ đầy rồi Sư ơi, phải làm sao?

Có 1 cánh. Kể từ bây giờ đừng quan tâm thêm đến những thứ 0 cần thiết nữa. Là những thứ tào lao mới đó. Đừng tiếp tục quan tâm. Thứ 2, đối với những thứ tào lao cũ, mỗi lần nhớ tới thì tự mình phải có cái gan đẩy nó qua một bên. Niệm 1 câu: tào lao. Còn đàng này muốn học giáo lý mà cứ ngồi suy nghĩ mông lung hoài. Đang ở nước ngoài thì nghĩ về VN. Đang ở VN thì nghĩ chuyện làm ăn rồi chuyện buồn vui, gây gỗ, đầy tháng, thôi nôi, sinh nhật tân gia, giỗ quảy, hôn quan tang tế... Cố ý đưa rác vào đầu thì đừng trách là trong đầu sao toàn phân người phân thú đủ cỡ.

Chuyện đầu tiên muốn có trí tuệ là phải trau dồi kiến thức theo những gì tôi vừa nói nãy giờ.

Thứ 2 là gần người trí, xa người thiếu trí, Thầy bạn. Ở gần người thiếu trí, 1 là họ thấy mình học họ bàn ra, riết mình dẹp luôn. Cái đó nguy hiểm lắm nha. Cái thứ kế bên mà nỉ non thỏ thẻ thầm thì là sợ lắm. Độc lắm! Lâu lâu đế 1 câu, rồi hốt cho mình sáng 1 thang, chiều 1 thang, tối 1 thang là coi như tiêu luôn!

Kế đến là chỗ ở, Trú xứ thích hợp. Quý vị nói là bây giờ tôi lỡ có vợ/chồng rồi nên phải ở chỗ đó. Vậy thì tôi xin thành kính phân ưu. Còn nếu quý vị dốc lòng tìm cầu giải thoát thì mình phải tìm cơ hội. Nếu 0 dời nhà thì cũng phải tìm cơ hội gặp gỡ thầy, bạn, học thầy, học nhóm. Bây giờ mình có thế giới internet, fb, messenger, viber, whatssapp... để có thể lai vãng lui tới vào ra mà học.

Kế đến thân, trú xứ, vật dụng phải luôn ngăn nắp sạch sẽ. Nghe lạ nhưng trong kinh ghi như vậy. Nếu bề bộn quá thì rất là khó. Có nhiều vị sẽ phản bác rằng có nhiều người thông minh nhưng rất bề bộn. Xin thưa người ta khác, mình khác. Vì họ thông minh cỡ đó mà bề bộn, luộm thuộc, ăn uống dơ bẩn (thì vẫn bớt thông minh hơn so với khi anh ta ngăn nắp), họ vẫn thông minh hơn mình, là chuyện của họ. Còn đầu mình rác không, thì phải chấp nhận những nguyên tắc thường thức. Chứ đừng đi so sánh như vậy. 40:55

[02/02/2023 - 08:56 - dieulienhoa67]

Mình có bằng cái móng chân của họ hay 0? Thứ 2, cái này mới quan trọng: chính vì họ quá bận tâm đến đề tài đang suy tư, nên họ mới xao lãng chuyện vệ sinh, nên bẩn. Còn mình có cái gì bận suy tư hay 0? Mà mình bẩn coi như là mình lúa luôn. Là lú luôn đó. Người ta xao lãng chuyện vệ sinh, ng ta dơ, bụi bặm là do quá bân rộn với việc suy tư. Còn mình thì cái đầu có cái gì để suy tư đâu! Mà mình lại bắt chước người ta dơ thì thấy bà nội rồi. Trong kinh nói rất rõ là thân, trú xứ, vật dụng (chăn đệm, mùng mền, tô nồi chén đĩa, ghế bàn giường...) phải sạch sẽ, ngăn nắp, gọn gàng nhất trong khả năng thì trí mới lên nổi. Vì ngoại cảnh ảnh hưởng đến nội tâm. Nếu ai vẫn ráng nghĩ tôi dơ nhưng vẫn thông minh thì tôi lạy, tôi làm 0 được. Ngày xưa còn giảng trong Paltalk (???) tôi nhắm mắt là vì 2 lý do. 1 là tập trung, 2 là tránh nhìn mấy cái chat vô ích vô bổ đẻ rồi phân tâm, chia trí. Cho nên làm gì làm, mình phải có 1 góc riêng trong tâm tưởng thì mới có thể phát huy năng lượng tinh thần như mình muốn. Còn 0 thì khó lắm. 43:58

[03/02/2023 - 07:31 - dieulienhoa67]

Nên muốn có trí huệ thì đầu iên là trau dồi kiến thức Đạo. Ở đây có 1 ngoặc đơn nho nhỏ: học ở đây là tập trung về giáo lý. Nhưng kiến thức bách khoa biết nhiều vẫn tốt hơn là dốt đặc, cái gì cũng 0 biết, 0 muốn nghe, 0 muốn đọc. Nói như vầy rất là nguy hiểm, dễ hiểu sai. Có người nghe lại nói thôi giờ mình chia thời gian ra, 1/2 học giáo lý, 1/2 tgian lên mạng đọc tầm bậy tầm bạ. Cái đó 0 nên, mình chỉ nên học cái gì có trong thời giáo pháp Đức Phật. Còn những thứ kiến thức thé tục, thời 0 có Phật mình vẫn có thể học được. Nên mình ưu tiên học giáo. Nhưng có điều, do phước duyên mỗi người mỗi khác, nên có vị cũng ham kiến thức bách khoa, nhưng nếu mình phải chia tgian, chia trí cho kiến thức đời, mình lại mất đi tgian học Đạo. Còn nếu mình tập trung lo cho Đạo thì mình kiến thức thế tục của mình sẽ có khoảng trống. Có những kiến thức đời quan trọng, hỗ trợ cho việc hiểu Phật pháp. Vậy thì làm sao? Đó là do duyên nghiệp. Có người chỉ cần liếc sơ qua là nhớ, họ biết cái gì cần, rút ra và học sơ qua là nhớ cái tinh hoa cần thiết. Thời gian còn lại là dành cho kiến thức về Đạo. Có những kiến thức đời giúp mình có thêm niềm tin, hiểu biết sâu rộng khi học Phật Pháp. Vd như ngoại ngữ. Biết nhiều ngoại ngữ thì lợi hơn người mù tịt. Nếu mình có chút ít kiến thức về triết đông, triết tây, về Nietzsche, ..., Các nhà hiền triết, triết học trên thế giới, thì cũng đỡ. Còn nếu mình hoàn toàn mù tịt về các tôn giáo, dĩ nhiên tôi 0 xui các vị học về các tôn giáo đó, nhưng nói thiệt là biết sơ qua thì cũng đỡ. 47:25

[04/02/2023 - 09:27 - dieulienhoa67]

Trong Kinh tạng, thỉnh thoảng Đúc Phật cũng có nhắc đến các quan điểm triết học của các tôn giáo đương thời để làm 1 cái so sánh, chẳng hạn như Kinh Sa Môn Quả, Kinh Phạm Võng. Cho nên muốn trau dồi trí tuệ là phải có kiến thức, siêng tiếp xúc thầy bạn thiện tri thức, sống giữ ngăn nắp vệ sinh và chuyên tâm trau dồi trí tuệ của mình. Đời này chậm thì đời sau. Rất là quan trọng. Đa phần chúng ta sống theo lối mòn mà trí tuệ thì kỵ lối mòn. Chúng ta sống trên đời bằng 3 cái biết của thức - tưởng - trí. Cái biết của thức là cái biết của mắt tai mũi lưỡi ...,cái biết của tưởng là dựa vào kinh nghiệm, ký ức, hồi ức, kiến thức và vay mượn từ chỗ khác. Chiếm hết 99,9%. Chỉ có cái biết thứ 3 của trí, là nhận thức trực quan, linh hoạt và sáng tạo. Biết trường hợp này, cái này cần, cái này nên/0 nên bằng cái nhận thức tại chỗ. Chứ còn cái biết vay mươn, vd nhìn 1 cái bông , 1 mẫu thêu, thưởng thức 1 món ăn, mình thường đánh giá bằng kinh nghiệm cũ. Nấu món này 0 giống má tôi, 0 giống bà ngoại tôi là thua. Mình phải bình tĩnh có cái mũi, cái lưỡi tinh tế như của hoàng đế, hoàng hậu, nếm và thấy món ấy thiếu cái gì, bỏ má/ngoại 1 bên. Nấu cho Tây ăn thì nêm cách khác, nấu cho châu Á da vàng mũi tẹt thì nêm khác, mở tiệm ở Paris nấu khác, ở Sài Gòn, ở miền bắc nấu khác. Không đi theo lối mòn của mẹ, bà ngoại gì nữa, mà phải bằng trí tuệ trực quan, sáng tạo. Đó là về đời.

Còn trong Đạo, biết rõ tâm tham/sân vừa biến mất. Chứ còn cứ cả đời ngồi học lý thuyết, cái đó rất cần, nhưng 0 sống Chánh Niệm thì 0 có trí tuệ trực quan, linh động và sáng tạo tại chỗ. Trí tuệ Giác Ngộ 0 phải là thứ trí tuệ chết mà là nhận thức sống. Rất là quan trọng , cần phải nhớ.

Tôi nhớ có 1 câu chuyện về sống theo lối mòn. Chuyện 2 con ma đi chơi đem theo bia mộ như ng ta mang theo giấy tờ tùy thân. Câu chuyện này đối với nhiều người có thể là câu chuyện cười nhưng tôi lại nghĩ khác. Tôi thấy đó là câu chuyện nói về chúng ta khi sống theo thói quen, lối mòn 53:42

[05/02/2023 - 08:40 - dieulienhoa67]

Câu chuyện đang ngủ thì bà vợ mớ, ông chồng giật mình nhảy ra cửa sổ thoát thân. Mình thường suy nghĩ và sống theo lối mòn tâm tưởng. Trí tuệ thì khác. Trí tuệ là trực quan tại chỗ, linh hoạt sáng tạo.

Khi nào mình tu tập tuệ quán mà bỏ đi được kiến thức. Bỏ đi 0 có nghĩa là phủ nhận, mà 0 còn nhớ tới nó nữa. Nó trở thành 1 nền tảng vô hình vô thức, 0 thấy nhưng mà có đó, thì lúc đó mới xài được kiến thức của mình.

Tây có 1 câu: kiến thức là gì? Là những gì ta đã học qua rồi, đã quên đi, nhưng khi cần đến thì có để dùng ngay. Đó là kiến thức. Lúc đó nó là của mình, vô máu rồi. Giống như carrot, khoai tây, cà chua thì tốt cho sk, nhưng nếu mình chưa ăn vào mà vẫn còn cầm trên tay thì chưa được. Lỡ rớt mất, nấu hư, khét, mặn phải đổ bỏ thì chưa được, chưa chắc. Mua về, nấu, bỏ vô miệng cũng chưa chắc, vì có khi ăn vô lại nôn ra. Phải đến lúc chúng được tiêu hóa, 0 còn dấu vết gì, lúc đi vào đây rồi thì nó đã thành máu của mình rồi. Muốn tìm thì chích máu ra, đó chính là cà rốt, koai tây, củ dền mà mình đã ăn vào.

Vậy là xong bài giảng kỳ rồi tôi nợ.

May là cái phần cù mà biết bao chuyện để nói. Nên tôi nhìn quý Phật tử tôi tiếc lắm, phải chi quý vị đừng bận rộn chuyện vợ chồng con cái. Vì thiếu Parami, nên cái quan trọng chiếm nhiều giờ nhất trong ngày thì nay mai sẽ bỏ họ mà đi. Nhưng gia cang còn đó, gia đình còn đó 0 bỏ mà tập trung học Pháp được.

Mở kinh điển, chú giải ra thì mình mới thấy, phải là người có phước, mới có thời gian bơi lội, đắm chìm, học Pháp.

Bây giờ qua bài mới. Bài giảng sáng nay. Tôi nhìn lên triền đồi, thấy có những cái lâu đài cổ, của những người giàu, lãnh chúa, bá tước ngày xưa. Tại sao tôi nói như vậy? Vì tùy góc nhìn, nền tảng tâm thức, căn cơ trí huệ, vốn liếng suy tư của mỗi người khác nhau, mà khi đối cảnh chúng ta có những cái nhìn hoàn toàn khác nhau. Vd như cái lâu đài cổ mà tôi đang nhìn thấy bên ngoài kia. Có người nhòn thấy và ngĩ đến sự ích kỷ, tàn ác của mấy ông chủ ngày xưa. 1:00:02

[06/02/2023 - 06:32 - dieulienhoa67]

Là tâm sân hận. Nhưng mà nhìn lâu đài mà nghĩ đến người làm thì khởi lên tâm đại bi. Nhìn lâu đài với đầu óc dân kiến trúc, khen ngợi sự khéo léo tinh xảo, kiến trúc hợp lý. Có người nhìn lại ước ao có được ngôi nhà bằng 1/10 cái đó. Có người nhìn và nghĩ cái lâu đài này năm giữa rừng thu đẹp như vậy, hôm nào tới đó chụp hình rồi post lên fb khoe. Nghĩa là chỉ 1 việc nhìn lâu đài cổ mà có vô vàn ý niệm nhận thúc, cảm xúc khác nhau. Có người nhìn thì trách ông chủ, ng thì xót thương người làm, người muốn chụp hình, người thì ước ao có ngôi nhà giống vậy, có người nhìn để thưởng thức nghệ thuật, kiến trúc.

Vậy trong bài giàng sáng nay tôi muốn nói gì? 1 chuyện rất quan trọng. Đó là: trên nền tảng nào để chúng ta có được cái nhận thức đúng như Đức Phật đề nghị khi mình nhìn về cuộc đời này. Trong kinh nói thế giới này sống trong bóng đêm. Thế giới này chỉ thuộc về người có mắt, cảm nhận được ánh sáng. Chúng ta giống như những con trùng con dế, loài yếm khí sống trong hũ nút, 0 có ánh sáng. Chúng ta giống như loài sợ ánh sáng, e ngại trí tuệ. Khi có trí tuệ can thiệp thì chúng ta 0 còn thích cái gì nữa hết. nên giống như loài sợ ánh sáng. Còn yếm khi là khi chúng ta 0 thưởng thức được các hạnh lành, 0 hoan hỷ với kham nhẫn, với từ tâm, thiền định, Chánh Niệm, bố thí, trì giới, phục vụ. Đa phần trong số nhân loại 7 tỷ người họ 0 có những nhu cầu đó, nhu cầu chia sẻ, yêu thương, bao dung. những người nhiều đời tu tập, khi có cơ hội yêu thương, họ hạnh phúc

lắm. Đv họ, yêu hương ng khác hạnh phúc hơn là được yêu thương. Đó là bậc đại căn, đại nhân, đại trí/huệ/phúc. họ thấy có cơ hội làm trò sướng hơn cơ hội làm thầy. Cơ hội cho ra hạnh phúc hơn cơ hội nhận vào. 1:03:43

[07/02/2023 - 06:47 - dieulienhoa67]

Có cơ hội cúi đầu trước ai đó hạnh phúc hơn là được người cúi đầu.

Do chúng ta 0 có khả năng thưởng thức được những điều đó nên bị gọi là loài yếm khí. Muốn có được khả năng trí tuệ về Nhân Quả và Tam Tướng. 2 trí này có từ 3 nguồn, văn - là trí do nghe, đọc mà ra, tư - là trí do suy tư, gặm nhấm, tiêu hóa, tu - là trí do thân chứng thể nghiệm, thấm thía ngay trong thực tế hành trì. Nhưng mà buổi đầu nó chỉ dừng lại ở mức nhận thức. Giai đoạn 1 trí văn là tiếp nhận . Giai đoạn 2 trí tư là tiêu hóa. Giai đoạn 3 trí tu là hóa thân. Mình trở thành, sống như cái mà mình biết. Trong kinh dạy rất rõ. Giai đoạn nhận thức, khi mà nó chín mùi và với sự hỗ trợ của phước Parami. Parami là gì? Là công đức. Bất cứ công đức nào được mình thực hiện bằng lý tưởng cầu giải thoát, dứt sanh tử, thì công đức ấy được gọi là Parami. Công đức đó phải được mình huân tập nhiều kiếp nhiều đời, đến lúc đủ thì tự nhiên mình sẽ có khả năng tự ngộ, hai nữa là mình gặp Phật, được nói 1 cái là mình hiểu ngay. Tôi mới nói gđ 1 là tiếp thu, 2 là gặm nhấm thấm thía, tiêu hóa. 3 là hóa thân. Mình trở thành con người y như mình hiểu. Và đến đây chúng ta đến gđ 4 là bỏ đi cái 0 cần thiết. Nên trong kinh nói là trí có 3 gđ tuệ quán. Nhận diện danh - sắc, biết đâu là danh / sắc 1:06:48

[08/02/2023 - 09:14 - dieulienhoa67]

Biết rõ đây 0 phải là Tèo, Tí, Lan, Cúc mà chỉ là danh với sắc, cùng với các duyên. Đủ duyên hội tụ lại thì có, hết duyên thì mất. Gđ 2 là biết danh/sắc này luôn bị 3 tình trạng chi phối là vô thường, khổ, vô ngã. Trí thứ 3 là khi nhận thức như vậy đúng mức rồi thì có khả năng loại trứ, cắt đứt, triệt tiêu phiền não. Phiền não là gì? Là sự hiểu lầm. Tôi chịu trách nhiệm về định nghĩa này. xưa giờ mình mong cái này, cái kia bền. Thấy đời có thường, lạc, ngã, mỹ/tịnh/sạch. Nhưng khi mình biết Đạo rồi thì thấy mọi thứ 0 có gì là thường, lạc, ngã, mỹ/tịnh hết. Tất cả đều là vô thường, khổ, vô ngã. Khi thấy mọi thứ như vậy thì 0 có gì để thích/ theo đuổi. Khi 0 có gì để thích/theo đuổi thì xin thề là 0 có gì để bất mãn. Ta có cái ghét là vì trước đó ta phải có cái thích ngược lại. Thích nóng thì sợ lạnh và ngược lại. 1:08:55

[09/02/2023 - 08:53 - dieulienhoa67]

Khi nào còn hiểu lầm là trên đời này vẫn còn có cái gì đó đáng cho mình quan tâm, để thích, ghét, hễ còn có cái để thích là còn có cái để ghét và ngược lại. Toàn bộ phiền não chỉ là hiểu lầm thôi. Do 0 hiểu lý Tam Tướng, 0 thấy là vô thường, khổ, vô ngã, cái sau đùn đẩy cái trước. Không thấy mọi thứ do duyên tác động chứ 0 phải do mình điều khiển. Do hiểu như vậy thì 0 còn thích và ghét nữa. cả nh74ng cái tham sân si ái mạn kiến nghi đều là do hiểu lầm hết. Còn mình đắc Đạo là sao? Diệt trừ phiền não 0 phải là có 1 cái búa đập bể gì đó, 0 phải. Đó là sự thế chỗ. Diệt trừ chỉ là 1 cách nói. Tôi bị mất 1 món đồ, tôi tưởng là thằng Tèo chung phòng với tôi nó lấy. Từ khi có ý nghĩ đó và chưa tìm ra được món đồ, tôi nhìn thằng Tèo vừa ghét vừa khinh. Chiều này tình cờ tôi lục tủ thì thấy lại cái đồng hồ tôi mất hôm trước mà tôi đã nghi cho thằng Tèo. Khi thấy cái đồng hồ nằm đây thì lập tức cái ghét và khinh thằng Tèo biến mất. Tôi biết là thằng Tèo 0 lấy đồ của tôi.

vd 2: tôi thầm thương 1 người đẹp trong trường. Nhưng sau đó tôi phát hiện ra nàng là 1 cậu chuyển giới. Kể từ lúc đó thì lòng yêu thương nhung nhớ tương tư của tôi 0 còn nữa mà lập tức thế chỗ bằng 1 cảm giác khác. Cho nên diệt trừ phiền não là sự thế chỗ. Tu hành là từng bước mình thay thế những nhận thức cần được thay thế. Đắc Đạo chỉ là sự thế chỗ. Cái suy nghĩ của 1 phàm phu được thay thế bằng nhận thức của 1 bậc Thánh. 1:12:10

[10/02/2023 - 08:05 - dieulienhoa67]

Khi vấn đề được nhìn thấu suốt thì 0 còn là vấn đề nữa. Quay lại vấn đề chính là hãy trang bị cho mình 5 quyền, 1 vốn liếng, 1 hành trang, 1 nền tảng nhận thức để bây giờ và đời đời sanh ra mình có khả năng suy tư tốt. Tại sao Thái Tử Tất Dạt tre đẹp giàu có , sướng như tiên. Mới 29 tuổi, khi nhìn 1 cái xác chết, 1 người già, 1 người bệnh mà Ngài sốc lên tới óc như vậy? Sốc đến độ ngay trong đêm đó 0 thể ở lại hoàng cung để làm 1 ông vua nữa. Tại sao? Là vì cái nền tảng vốn liếng tâm linh của Ngài 0 cho phép Ngài tiếp tục ở lại.

Trong Kinh nói 1 ng có huệ căn, họ có nhiều cách lìa bỏ thế gian này. 1. Họ nhìn cái lá rụng, giọt nước rơi , 1 đám tang, 1 nếp nhăn trên mạt người, 1 dấu chân chim trên mắt ai đó đủ làm cho họ bị sốc. Nhìn lại hình ảnh 1 người quen trong cuốn Album cũng làm cho họ sốc. Đó là bậc thượng căn.

Em trai ngài Sariputta ngay trong hôn lễ của mình, nhìn thấy vợ mình cực đẹp, con nhà thượng lưu đâu có lấy vợ xấu, lấy vợ sớm lắm. Dĩ nhiên 0 có sớm như tảo hôn ở Vn, vợ 15t, chồng 4,5t, còn bên Ấn Độ thời đó, giới thượng lưu thì con gái lấy chồng 16t, ì theo quan điểm ng Ấn Độ, 16t là giai đoạn đỉnh điểm nhan sắc đời người con gái. 2. càng sớm thì khả năng thanh tân cao hơn, kéo dài thì khả năng 0 còn trong trắng cao hơn. Khi Ngài Revata em trai ngài Sariputta , con nhà đại gia, thấy cô dâu trẻ trung đẹp lộng lẫy, nhưng nhìn qua thấy bà ngoại 120t già cỗi thì ôi thôi cậu mất vía .Cậu nghĩ 16t + 100t thì cũng giống bà ngoại 120t. Sắc đẹp 2 ng này giờ 1 trời 1 vực nhưng huệ căn của Ngài thấy 100 năm nữa thì cô dâu cũng như bà ngoại. 1:16:13

[11/02/2023 - 09:05 - dieulienhoa67]

Nghĩ như vậy thì ngài 0 còn bụng dạ nào hết. Rồi Ngài nghĩ tới ngài. Nếu cô dâu này bằng bà ngoại thì mình cỡ nào? Nghĩ xong thì túc duyên giải thoát chín mùi ngay lúc đó. Ngài cúi đầu trước 2 họ, nói với 2 vị trưởng tộc: con bị khó ở trong người, cho con vắng mặt 1 chút. Vì rước dâu đi qua đoạn dường có nhie62ubui5 cây, ngài lách vô bụi rồi từ biệt hôn thê, ngài đi xuất gia luôn. Kể vắn tắt là như vậy. Ngai trở thành vị Arahant.Gia đình Ngài Sariputta là anh cả có tổng cộng 7 anh em. Dưới Ngài Sariputta còn 6 người em nữa, 3 trai 3 gái. Tất cả đều xuất gia hết và trở thành 7 vị Arahant.

Tôi thì mong sao đời đời, nếu còn luân hồi , sanh ra chỉ cần nhìn đám ma, xác chết, người già là phải biết bỏ hết mà đi. Đó là luân hồi đúng cách. Là sinh ra thấy những dấu hiệu lão bệnh tử thì bỏ đi. Đi đâu? Đi tìm đời sống tâm linh tốt nhất trong khả năng. Vì suy cho cùng, nói cho rốt ráo, chúng ta 0 có lý do gì để tin tưởng vào 1 thế giới thiên đường, nói gì là 1 mái ấm gia đình, 1 túp lều tranh có 2 trái tim vàng thì lại càng vô lý. Ngay cả chuyện kiến tạo 1 thiên đường đầy ắp tiếng cười, niềm vui, ngọc ngà châu báu . Thế giới như vậy mà trong nhãn quang đạo Phật đã 0 đáng, 0 có lý do, hy vọng chờ đợi để kiến tạo, huống chi là 1 mái ấm nho nhỏ với 1 bà xã, 1 ông xã và mấy thằng nhóc, để rồi từng bước từng bước, thế hệ trước ra đi nhường chỗ cho thế hệ sau. Đời này qua đời khác cứ tiếp nối điệp khúc 2 con 1 hột, theo nhịp điệu của bầy kiến tha gạo. Hết bao này nó làm tới bao khác. Nản lắm. Tôi chỉ gơi ý quý vị 1 chuyện thôi: Ngay bây giờ, các vị dù khéo tay hay vụng về, thử lấy tờ giấy vẽ 2 cái trứng . Cái trứng thứ nhất nằm cạnh con gà con, trứng thứ 2 nằm cạnh con gà mái. Khi các vị nhìn cái trứng kế bên con gà con, các vị nghĩ tới cái gì? Rồi nhìn cái trứng kế bên con gà mái, quý vị nghĩ gì? Cảm nhận, liên tưởng của các vị khi nhìn 2 cái trứng này có khác nhau hay 0? Khi nhìn cái trứng kế con gà con, mình rất dễ nghĩ đến chuyện con gà con từ trứng nở ra. Còn khi mình nhìn cái trứng kế con gà mái, mình dễ nghĩ là con gà mái vừa đẻ ra cái trứng. 1:20:49

[12/02/2023 - 05:50 - dieulienhoa67]

Cũng là cái trứng nhưng nếu nằm kế con gà mái thì mình nghĩ đến chuyện khác, còn nằm kế con gà con mình nghĩ chuyện khác. Cũng hình ảnh đó nhưng bối cảnh, môi trường, tâm cảnh khác + khả năng, nền tảng cá nhân mỗi người, thì mình nghĩ, cho ra nhận xét khác nhau. Có người thấy lời Phật là quan trọng. Có người thấy lời

Phật cũng hay như bao nhiêu tư tưởng danh nhân thế giới thôi. Biết thì tốt, 0 biết cũng 0 sao. Có người khi biế Phật Pháp rồi thì sẵn sàng buông hết, dốc sức để mà dốc lòng nghiên cứ, hành trì, tu học. Tại sao? Là vì nền tảng nhận thức cá nhân + bối cảnh sinh trưởng nên tôi thường nói: mọi sự trong đời chúng sinh khởi sinh từ 3 thứ - tiền nghiệp - khuynh hướng tâm lý - môi trường sống. 3 cái này rất là quan trọng. Nhìn 1 tòa lâu đài, nhìn 1 cái đám tang, 1 cái xác người, mỗi ng có suy nghĩ khác nhau. Có ng nhìn đám tang thì nghĩ đến chuyện chán đời, người thì nghĩ đến thuốc men, bác sỹ, bảo hiểm, bệnh tật. Tùy người. Câu chuyện Tèo bị xe đụng ở Vn chưa biết sống chết ra sao mà Tí ở Cali nghe tin liền lên máu, bị heart attack chết. Tại sao? Vì Tèo mượn Tí 1 số tiền quá lớn. Chuyện đầu tiên là Tí chỉ nghĩ đến tiền của mình nên bị như vậy. Người thân của Tèo mà nghe em cháu mình bị tai nạn thì họ nghĩ cái khác, cũng có thể bị heart attack mà chết, 0 phải do tiền mà do nghĩ đến tình thân, nghĩ đến những chương trình mà 2 bên đã gắn bó với nhau nên khóc rồi chết lên chết xuống. Là vì nền tảng tâm thức + bối cảnh môi trường trước mắt>> chúng ta có những nhận thức khác nhau. 1:24:39

[13/02/2023 - 06:25 - dieulienhoa67]

Tôi muốn nói đi nói lại ngàn triệu tỷ lần rằng chúng ta là những con cá sâu dưới đáy hồ mà muốn lên tới mặt nước chúng ta phải qua được 8 lớp rong và bèo. Khi Phật ra đời thì Ngài chỉ việc lấy cây vạch ra cho ánh nắng rọi xuống dưới đáy hồ, thì con cá nào may mắn nằm ở chỗ Ngài vạch ra thì thấy được ánh sáng. Còn 0 thì với 8 lớp rong và bèo đó thì làm sao mà thấy ánh sáng mặt trời. Chúng ta giống những con vật yếm quang yếm khí sống trong chỗ 0 có ánh sáng, thiếu oxy thì chúng ta cứ thấy đó là toàn bộ vũ trụ mà 0 ngờ rằng bên ngoài cái hốc mà mình đang ẩn thân thì có bao nhiêu là trăng sao hoa lá trời cao đất rộng mà mình 0 biết. Hôm nay mình có cái bằng cấp, có mái nhà, mái ấm gia đình , có chút quan hệ xã hội, chút tiền trong bank, mình thấy đó là tất cả mà mình 0 ngờ rằng mình vẫn tiếp tục là 1 ấu trùng yếm khí trong 1 hốc tối của vũ trụ, mà mình 0 biết, 0 tin. Tôi nhìn cái cách mà đến với Đạo thì chưa thành. Tôi giảng thì hy vọng là có 1 ai đó ở Nam Bán Cầu, Bắc Bán Cầu họ nghe được và được an lạc, chứ còn khi đi giảng các nơi, số người trước mặt tôi thấy họ có ghi chép, nhưng sau vài lần tiếp xúc, tôi thấy họ 0 thật sự cảm được lời Phật như tôi mong đợi.

Dầu mình có tu hành tà tà thế nào đi nữa, chuyện đầu tiên là phải trang bị cho mình vốn kiến thức cho tới nơi. Bước hai là ngay bây giờ lập tức thu xếp trong thời gian ngắn nhất trong khả năng để quay về đời sống nội tâm của 1 hành giả. Quý vị cứ hay viện cớ bận rộn chồng con, vợ con, nhưng tôi phải nói bây giờ là cơ hội duy nhất . Bây giờ Chánh Pháp còn, Tam Bảo còn, chứ còn cơ hội qua đi rồi ... nên bây giờ nên học, thực hành giáo lý và sống Chánh Niệm. Đó là điều tôi muốn nói.

Hãy tự xây dựng 1 nền tảng nhận thức, nếu còn 2 tiếng nữa tôi sẽ mở rộng vấn đề này ra. Chúng sanh trong đời này chia ra làm 3 cấp. Cấp 1 là chìm sâu trong bất thiện, hoàn toàn 0 biết phân biệt phải quấy tốt xấu, nên 0 nên, hại mình hại người, lợi mình lợi người, chỉ sống như mình thích thôi. Cấp 2, nhóm 2 là biết sợ tội, biết thích phước, làm lành lánh dữ, biết cầu công đức để được sung sướng, hưởng thụ các cảnh giới nhân thiên , được tiếp tục tồn tại trong các hiện hữu ngon lành. Cấp 3, nhóm 3 là thấy rằng ác, khổ, thiện, sướng cỡ nào cũng vô thường. Nói chung là nhân thiện quả thiện, nhân ác quả ác, đều là mù sương, hình sương bóng khói hết. Họ vẫn tiếp tục làm lành lánh dữ nhưng là để 0 còn thiện ác buồn vui nữa. 1:29:20

[14/02/2023 - 08:57 - dieulienhoa67]

Tùy thuộc vào việc ta thuộc nhóm nào nền tảng nhận thức của ta cũng sẽ tương ứng như vậy. Khi có 3 nhóm chúng sinh như vậy thì cũng có 3 kiểu/nền tảng nhận thức. Xưa 0 biết Đạo mình làm cái gì mình thích. Khi biết Đạo mình làm cái gì là thiện thôi để cầu được đẹp, sướng, giỏi, giàu. Cái thứ 3 làm thiện để 0 tiếp tục quẩn quanh. Hễ còn có mặt trong 3 cõi 6 đường, 4 cõi đọa và các cõi nhân thiên thì cơ hội quay xuống chỗ thấp nhất vô cùng vô cùng lớn. Dù là ông hoàng bà chúa, hễ còn có mặt trên đời này trong thân phận phàm phu thì

cơ hội sa đọa cực lớn. Trong Kinh nói người mà có nhận thức rốt ráo về nhân quả và Tam Tướng ở mức độ đủ xài thì được gọi là Tu Đà Hườn còn rốt ráo là Arahant. mức độ đủ xài của vị Tu Đà Hườn là gì? Là đủ hiểu được 4 Đế là gì, là mọi thứ ở đời là khổ, thích cái gì cũng là thích trong khổ, muốn hết khổ thì đừng thích trong khổ nữa. Sống bằng 3 nhận thức này là con đường thoát khổ. Khi hấy 4 Đế như vậy thì thấy thân tâm này là đồ ráp. Do các duyên thiện ác mà cấu tạo nên thân tâm này thôi. Khi đủ duyên thì nó tiếp tục tồn tại. Nhưng mà nó liên tục biến đổi. Khi duyên hết thì nó biến mất để tiếp tục tồn tại trong 1 hình thái khác. Người có khả năng nhận thức d9l1 thì 0 còn sinh tử quá 7 lần.

Quay lại, 1 người chưa hiểu được 4 Đế cách căn bản thì khả năng luân hồi trong các cõi khổ là đương nhiên. Khi đã là người hiểu biết về 4Đế 1 cách căn bản bằng trí tuệ sơ quả thì khả năng sanh tử luân hồi bị chặn đứng. Giống chiếc xe đã đi 8000 tỷ km rồi , giờ xe hết xăng, máy đã hư và tài xế đã chết. 1:32:39

[15/02/2023 - 07:34 - dieulienhoa67]

Vậy thì chiếc xe đó chỉ còn trớn lăn 7cm nữa thôi. Máy hư cùng lúc với hết xăng và người tài xế đã chết. Sau hành trình mấy ngàn tỷ km thì chiếc xe đó, đối với vị Tu Đà Hườn giống như chiếc xe đó còn trớn để chạy thêm 7cm nữa thôi, tức là max 7 kiếp sống nữa. Tại sao tôi dùng con số nhỏ là 7cm? Vì trong dòng luân hồi nó biết là bao nhiêu kiếp. 7 kiếp 0 nghĩa lý gì hết. Thậm chí 8000 tỷ km lq2 mẫu số, 7cm là tử số thì cái tử số này, phân số này vẫn lớn hơn 7 kiếp trong dòng luân hồi vì 7cm cũng là đơn vị hữu hạn, cho dù là 80.000 tỷ km thì vẫn là con số hữu hạn còn dòng luân hồi là vô hạn, vô thủy. Cho nên tôi thường nói hạt cát trong sa mạc vẫn lớn hơn những gì chúng ta biết so với những gì chúng ta 0 biết. Điều chúng ta biết là hữu hạn, điều 0 biết là vô hạn. Còn cả hạt cát và sa mạc đều là hữu hạn. Nên người 0 hiểu 4 Đế, 0 hiểu sự thật. Đầu tiên mọi thứ là khổ, họ 0 biết sợ. Người 0 biết sợ sanh tử họ đi vào chùa, học Đạo thì khó có thành tựu nào về kiến thức, hành trì, bởi vì còn tà tà do chưa thấy sợ. Chừng nào họ thấy khả năng họ chết vào chiều nay, ngày mai, tuần sau, tháng sau, năm sau. Khi họ thấy rốt ráo, sự thao thức như vậy thì họ học mới tới nơi, họ hành mới tới chốn. Còn ngày nào họ cưa thấy mình là con giun yếm khí, con cá sống nơi tối tăm dưới 8 tầng rong và bèo, mà mình vẫn còn thấy mình có 1 thế giới bao la để mà tung tăng thì xin chia buồn cùng quý vị, là khả năng thoát ra rất là khó.

Mùa thu trên núi ở đây rất là đẹp. Là 1 trong 4 nơi trên thế giới có thể quan sát vẻ đẹp 4 mùa trong năm với 3 ngọn núi tuyết to đùng và cái hồ nước xanh ngắt quanh năm mà ở Thụy Sỹ chỉ có 2 hồ nước xanh ngắt đẹp như vậy. Tôi đi trên núi thấy mấy con ốc sên. Nó hoàn toàn 0 biết gì hết, nó cứ lầm lũi bò đi vô tri. Nó chỉ khác viên sỏi ở chỗ mềm hơn và nhớt hơn.

Tôi kết thúc bài giảng hôm nay bằng 1 câu chuyện vui. 1 buổi sáng sớm trời mù sương dày đặc, con ốc sên mẹ đánh thức ốc sên con lập tức rời nhà bắt đầu hành trình đường xa. Ốc con mới hỏi đi đâu hả mẹ, trời còn sớm quá. Ốc mẹ mới nói đi kiếm vợ cho con. Ốc sên con mới nở còn rất nhỏ nên hỏi: con tuổi này mà lấy vợ gì mẹ? Ốc sên mẹ mới nói: đi chậm như chúng ta thì bây giờ khởi hành cho tới lúc gặp là vừa.

Đối với tôi, đây là câu chuyện nhắc nhở cho tất cả chúng ta hôm nay. Con ốc sên còn nhỏ quá, mà mẹ đã bắt đi kiếm vợ từ sớm , vì nó đi quá châm. Chúng ta cũng vậy. Nếu chúng ta là đại căn đại trí thì 0 nói. Nhưng vì sức mọn của chúng ta đối với Phật Pháp, nên ngay từ bây giờ chúng ta phải bắt đầu học Đạo, ghi chép, suy tư, tham vấn, hành trì, rút kinh nghiệm sâu sắc. Và đặc biệt nhất: học 0 biết bao giờ cho đủ nhưng ngay bây giờ là lúc chúng ta phải sống Chánh Niệm. Khi sống Chánh Niệm , mình sẽ dễ dàng nhanh chóng nhận ra mình thiếu cái gì, cần chỉnh sửa thêm bớt gì ngay từ bây giờ. Right Now, Right Here.